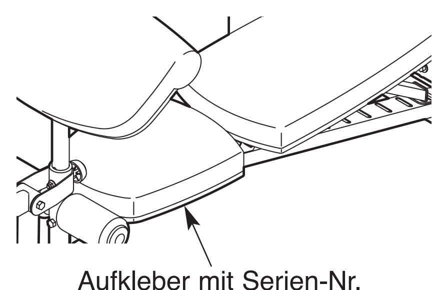
# WEIDERPRO™
# 440 DC

**Modell-Nr. WEEVBE24711.0**
**Serien-Nr.** ___________________

Schreiben Sie die Seriennummer in den oben dafür freigehaltenen Platz, falls sie in Zukunft gebraucht werden sollte.



Aufkleber mit Serien-Nr. (unter dem Sattel)

## BEDIENUNGSANLEITUNG

## FRAGEN?

Als Hersteller verpflichten wir uns zur vollkommenen Zufrie-denstel-lung unserer Kunden. Falls Sie irgendwelche Fragen haben oder falls Teile fehlen, rufen Sie bitte an.

## 01805 231 244

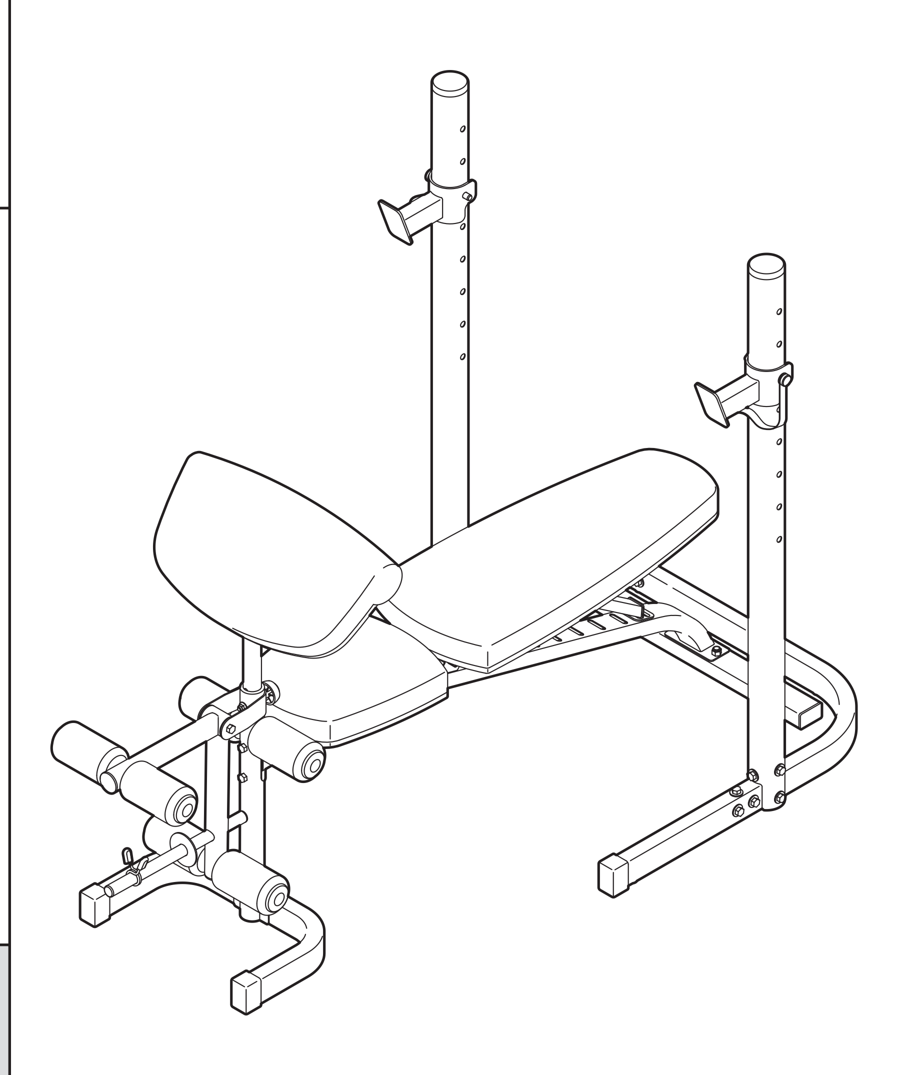
**Unsere Bürozeiten sind von 10.00 bis 15.00 Uhr**

**E-mail:**
**csgermany@iconeurope.com**

**Unsere Website:**
**www.iconsupport.eu**

## ⚠ VORSICHT

**Lesen Sie bitte aufmerksam alle Anleitungen, bevor Sie dieses Gerät in Betrieb nehmen. Verwahren Sie diese Bedien-ungsanleitung für späteren Gebrauch.**



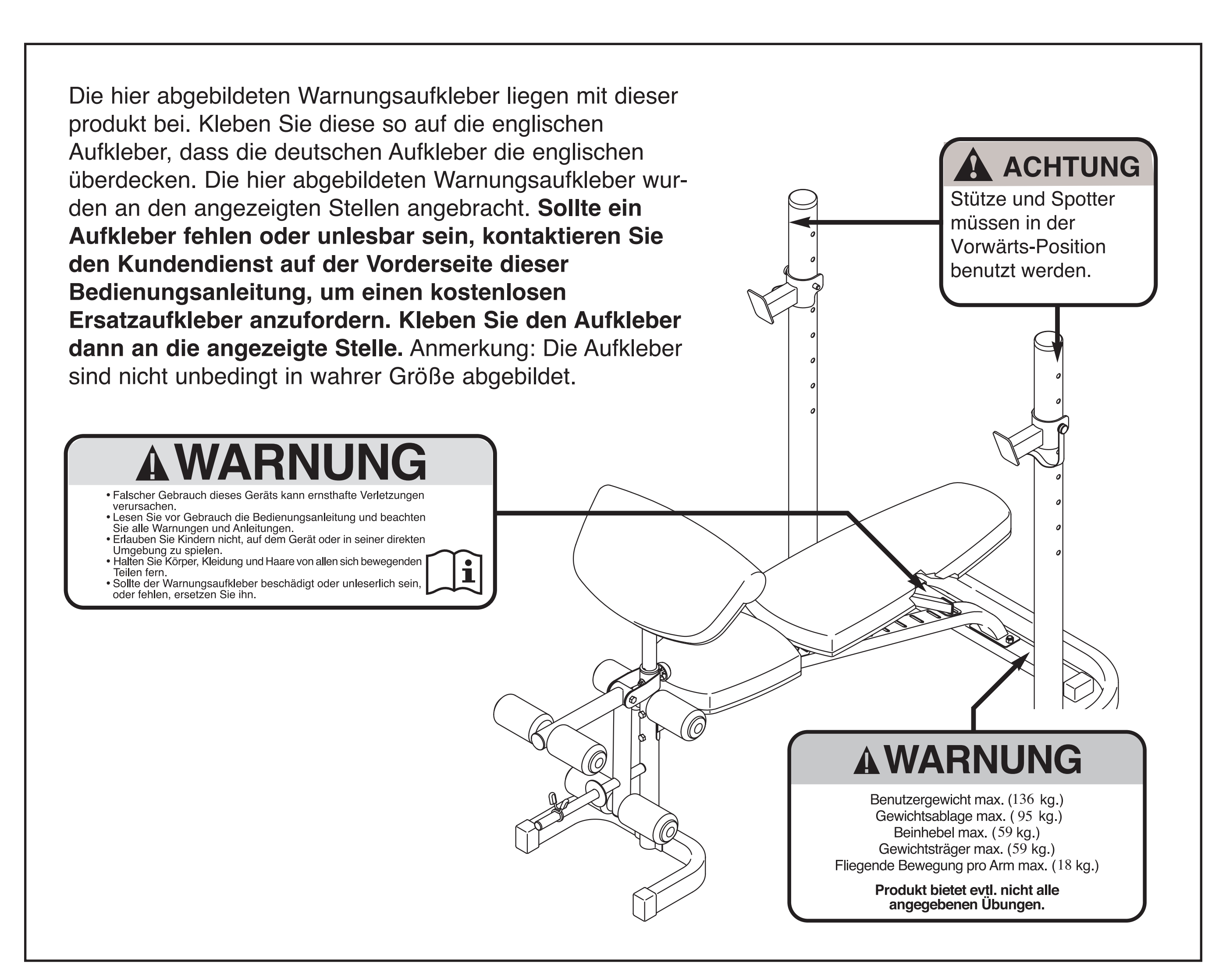
**www.iconeurope.com**

# INHALTSVERZEICHNIS



# WARNUNGSAUFKLEBER ANBRINGEN

Die hier abgebildeten Warnungsaufkleber liegen mit dieser produkt bei. Kleben Sie diese so auf die englischen Aufkleber, dass die deutschen Aufkleber die englischen überdecken. Die hier abgebildeten Warnungsaufkleber wurden an den angezeigten Stellen angebracht. **Sollte ein Aufkleber fehlen oder unlesbar sein, kontaktieren Sie den Kundendienst auf der Vorderseite dieser Bedienungsanleitung, um einen kostenlosen Ersatzaufkleber anzufordern. Kleben Sie den Aufkleber dann an die angezeigte Stelle.** Anmerkung: Die Aufkleber sind nicht unbedingt in wahrer Größe abgebildet.



# WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN

**⚠ WARNUNG: Um ernsthafte Verletzungen zu vermeiden, lesen Sie bitte alle wichtigen Vorsichtsmaßnahmen und Anleitungen in dieser Bedienungsanleitung und alle Warnungen, die auf dem Kraftbank angebracht wurden, bevor Sie dieses Kraftbank benutzen. Der Hersteller (ICON) übernimmt keine Haftung für Personen- oder Sachschäden, die durch dieses Produkt oder seine Benutzung entstanden sind.**

1. Bevor Sie mit irgendeinem Trainingsprogramm beginnen, konsultieren Sie bitte zunächst Ihren Hausarzt. Dies ist besonders wichtig für Personen, die über 35 Jahre alt sind oder gesundheitliche Probleme haben oder hatten.

2. Verwenden Sie die Kraftbank nur so, wie in dieser Bedienungsanleitung beschrieben.

3. Der Besitzer dieses Geräts trägt die Verantwortung, alle Benutzer der Kraftbank über alle Vorsichtsmaßnahmen zu informieren.

4. Die Kraftbank ist nur zum Hausgebrauch zugelassen. Verwenden Sie die Kraftbank nicht in kommerziellem, verpachtetem oder institutionellem Rahmen.

5. Die Kraftbank soll im Haus aufbewahrt werden, geschützt vor Feuchtigkeit und Staub. Verwahren Sie die Kraftbank nicht in einer Garage oder auf einem überdachten Balkon oder in der Nähe von Wasser.

6. Stellen Sie die Kraftbank auf eine ebene Fläche und geben Sie zum Schutz des Bodens oder des Teppichs eine Unterlage unter das Gerät. Um das Gerät herum muss genügend Platz zum Aufsteigen und Absteigen sein, sowie zur Benutzung der Kraftbank.

7. Überprüfen Sie alle Teile regelmäßig und ziehen Sie diese, falls notwendig, nach. Ersetzen Sie alle abgenutzten Teile sofort.

8. Die Kraftbank ist so konstruiert, um ein maximales Benutzergewicht von 136 kg, und ein maximales Gesamtgewicht von 231 kg tragen zu können. Legen Sie nicht mehr als 95 kg, inklusive einer Hantel, auf die Gewichtsablagen. Legen Sie nicht mehr als 59 kg auf den Beinhebel. Anmerkung: Die Kraftbank beinhaltet keine Hantel oder Gewichte.

9. Halten Sie jederzeit Kinder unter 12 Jahren und Haustiere von der Kraftbank fern.

10. Tragen Sie keine zu lose Kleidung, die sich an der Kraftbank verfangen könnte. Tragen Sie während des Trainings zum Schutz der Füße immer Sportschuhe.

11. Halten Sie Hände und Füße von beweglichen Teilen fern.

12. Bevor Sie die Kraftbank benutzen, sorgen Sie dafür, dass die Rückenlehnenstütze vollständig in einem Schlitz im Rahmen eingefügt ist.

13. Bevor Sie die Gewichtsablagen benutzen, sorgen Sie dafür, dass die Gewichtsablagenstifte vollständig durch die Gewichtsablagen und durch die Pfosten eingefügt sind.

14. Benutzen Sie keine Hantel mit der Kraftbank die länger als 1,8m ist.

15. Trainieren Sie nur mit einem Partner. Wenn Sie die Bankdrücken-Übung durchführen, sollte Ihr Partner hinter Ihnen stehen, um die Hantel aufzufangen, falls Sie eine Wiederholung nicht durchführen können.

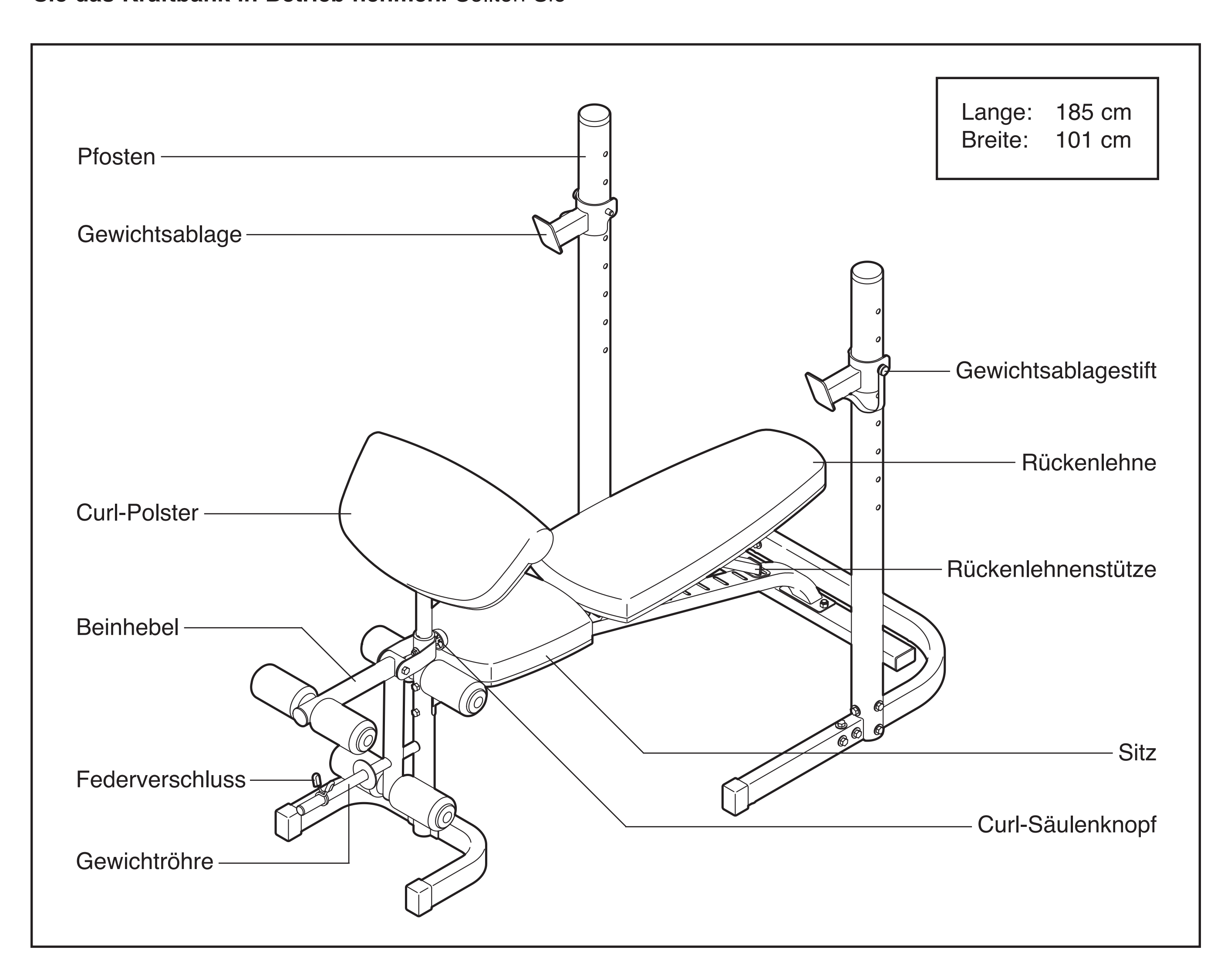
16. Überanstrengung beim Sport kann zu schweren Verletzungen oder sogar zum Tod führen. Sollte Ihnen schwindelig werden oder sollten Sie plötzlich Schmerzen haben, hören Sie sofort mit dem Training auf und kühlen Sie ab.

# BEVOR SIE ANFANGEN

Vielen Dank, dass Sie sich für die vielseitige WEIDER PRO™ 440 DC mittlere-Breite Kraftbank entschieden haben. Die 440 DC mittlere-Breite Kraftbank bietet eine Auswahl an Übungsstationen an, die konstruiert wurden, um Ihnen zu helfen, die Hauptmuskelgruppen des Körpers zu entwickeln. Ob es Ihr Ziel ist, Ihren Körper zu straffen, Ihre Muskeln dramatisch zu vergrößern und zu stärken oder Ihr Herz-Kreislauf-System zu verbessern, die Kraftbank wird Ihnen dabei helfen, spezifische Resultate zu erzielen.

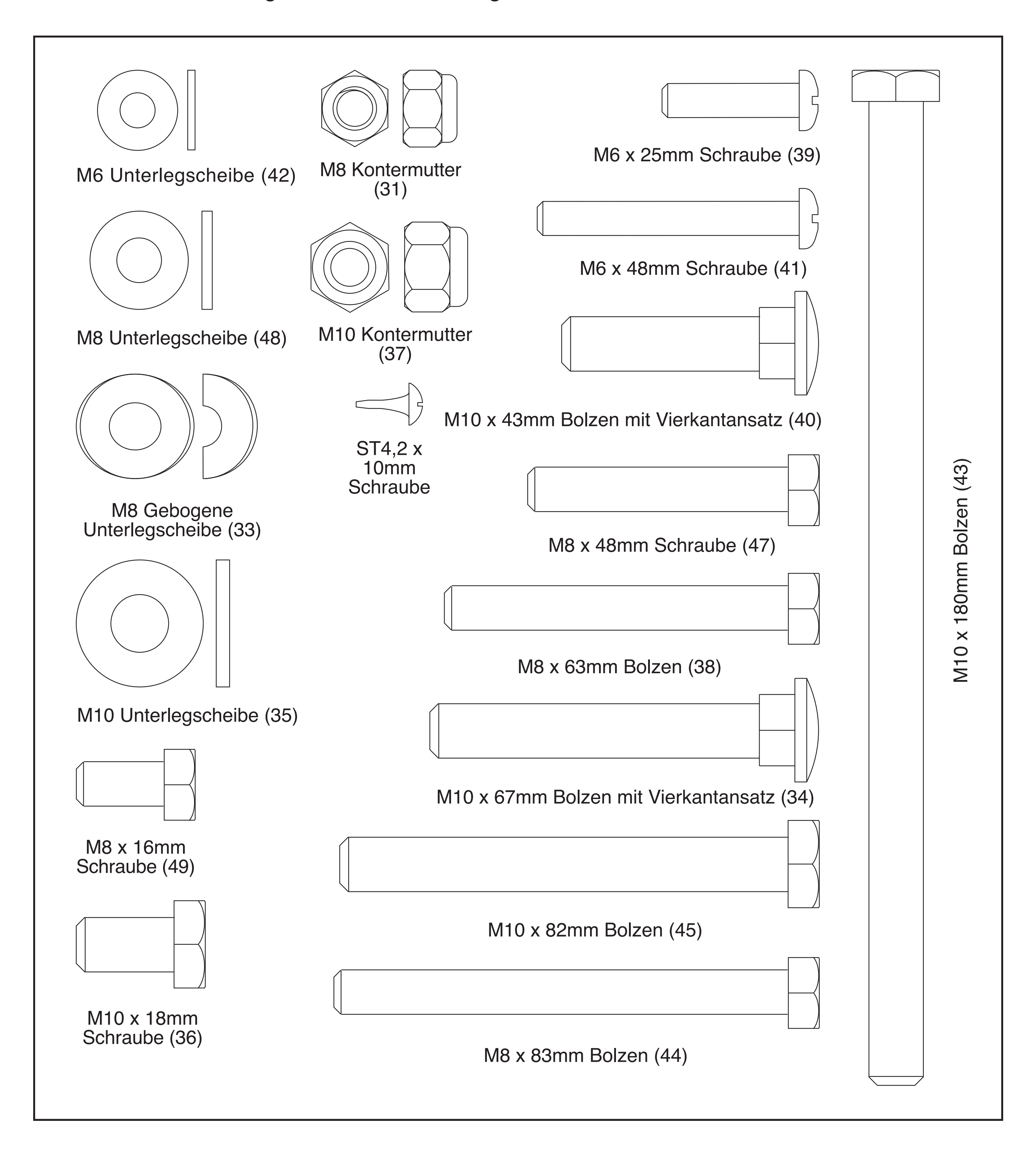
**Lesen Sie bitte zu Ihrem eigenen Vorteil diese Bedienungsanleitung genauestens durch, bevor Sie das Kraftbank in Betrieb nehmen.** Sollten Sie nach der Lektüre dieser Bedienungsanleitung noch Fragen haben, finden Sie die Kontaktinformation auf der Vorderseite. Damit wir Ihnen schneller helfen können, halten Sie bitte die Produktmodellnummer und die Seriennummer bereit, bevor Sie mit uns in Kontakt treten. Die Modellnummer und die Stelle, wo der Aufkleber mit der Seriennummer angebracht ist, finden Sie auf der Vorderseite der Bedienungsanleitung.

Bevor Sie weiterlesen, werfen Sie bitte zuerst einen Blick auf die unten abgebildete Zeichnung und machen Sie sich mit den gekennzeichneten Einzelteilen vertraut.



# DIAGRAMM FÜR DIE IDENTIFIZIERUNG DER TEILE

Beziehen Sie sich auf die Abbildungen unten, um die kleinen Teile, die in der Montage verwendet werden, zu identifizieren. Die Zahlen in Klammern sind die Bestellnummern, welche mit den Zahlen der TEILELISTE am Ende dieser Bedienungsanleitung übereinstimmen. **Anmerkung: Sollten Sie ein Teil nicht finden können, prüfen Sie nach, ob es nicht schon befestigt wurde. Um aus bestehende Teile nicht zu beschädigen, sollten Sie bei der Montage keine Elektrowerkzeuge verwenden.**



# MONTAGE

- **Man braucht zwei Leute zur Montage.**
- **Aufgrund der Größe und des Gewichts, bauen Sie die Kraftbank an der Stelle auf, wo sie benutzt wird. Achten Sie darauf, dass Sie genügend Platz haben, um bei der Montage um das Gerät herumlaufen zu können.**
- **Geben Sie alle Teile an einen dafür freigemachten Ort. Werfen Sie das Verpackungsmaterial erst weg, wenn die Montage komplett ist.**
- **Zur Identifizierung kleiner Teile, siehe Seite 5.**
- **Zur Montage braucht man die folgenden (nicht im Lieferumfang enthaltenen) Werkzeuge:**

  zwei verstellbare Schraubenschlüssel

  einen normalen Schraubendreher

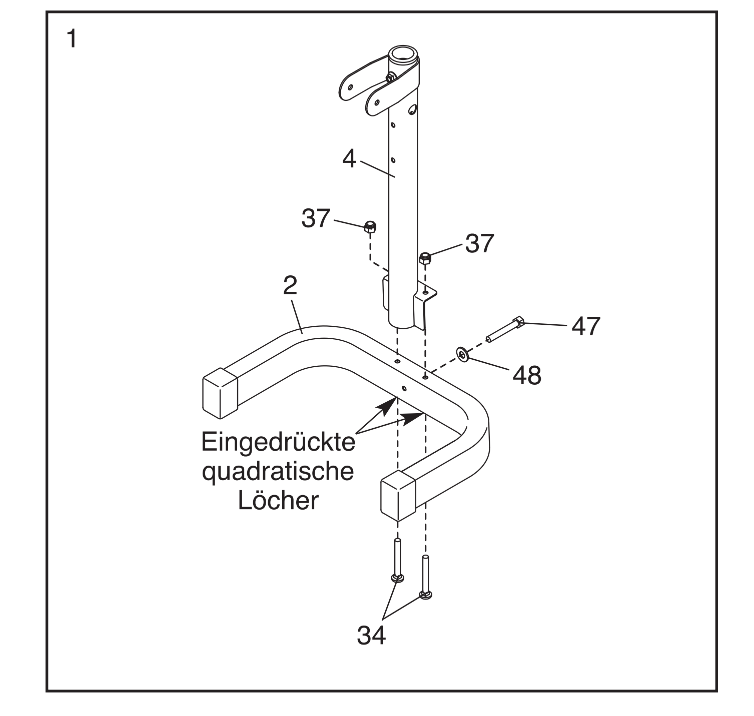
  einen Kreuzschlitzschraubendreher

  Die Montage wird erleichtert, wenn man ein Set Steckschlüssel, ein Set Gabelschlüssel oder Ringschlüssel oder ein Set von Ratschenschlüsseln zur Verfügung hat.

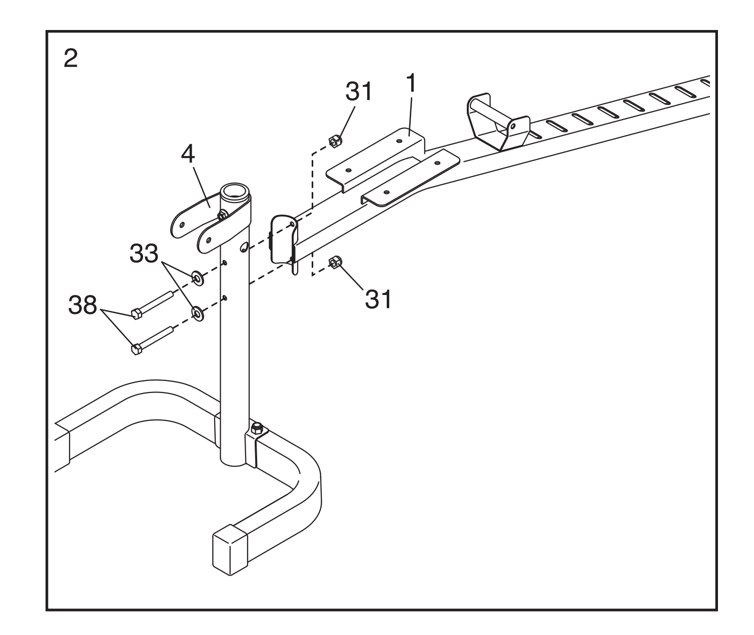
1. **Um die Montage zu erleichtern, lesen Sie die Hinweise im oberen Teil dieser Seite bevor Sie anfangen.**

   Legen Sie den vorderen Stabilisator (2) so aus, sodass die eingedrückten quadratischen Löcher gegen den Boden zeigen.

   Befestigen Sie das Vorderbein (4) an den vorderen Stabilisator (2) mit zwei M10 x 67mm Bolzen mit Vierkantansatz (34), zwei M10 Kontermuttern (37), einer M8 x 48mm Schraube (47), und einer M8 Unterlegscheibe (48). **Ziehen Sie die Kontermuttern oder die Schraube noch nicht fest an.**



2. Befestigen Sie das Vorderbein (4) an den Rahmen (1) mit zwei M8 x 63mm Bolzen (38), zwei M8 gebogene Unterlegscheiben (33), und zwei M8 Kontermuttern (31). **Ziehen Sie die Kontermuttern noch nicht fest.**

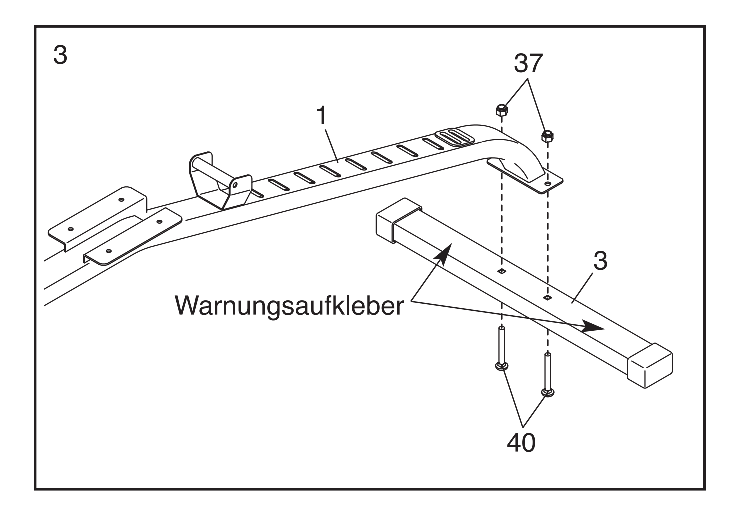



3. Legen Sie den hinteren Stabilisator (3) so aus, sodass die Warnungsaufkleber nach oben zeigen.

   Befestigen Sie den hinteren Stabilisator mit zwei M10 x 43mm Bolzen mit Vierkantansatz (40) und zwei M10 Kontermuttern (37) am Rahmen (1).

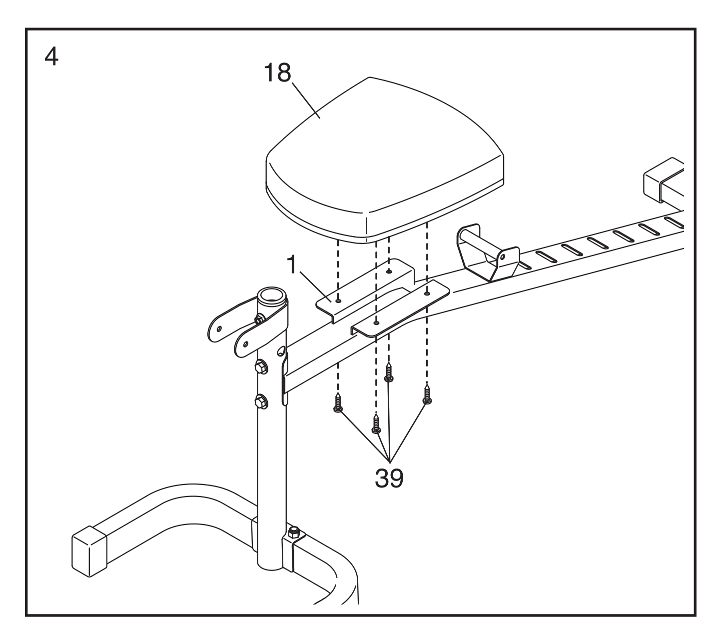
   **Siehe Schritt 1. Ziehen Sie die M10 Kontermuttern (37) und die M8 x 48mm Schraube (47) fest.**

   **Siehe Schritt 2. Ziehen Sie die M8 Kontermuttern (31) fest.**




4. Legen Sie den Sitz (18) wie angezeigt aus.

   Befestigen Sie den Sitz (18) an den Rahmen (1) mit vier M6 x 25mm Schrauben (39).

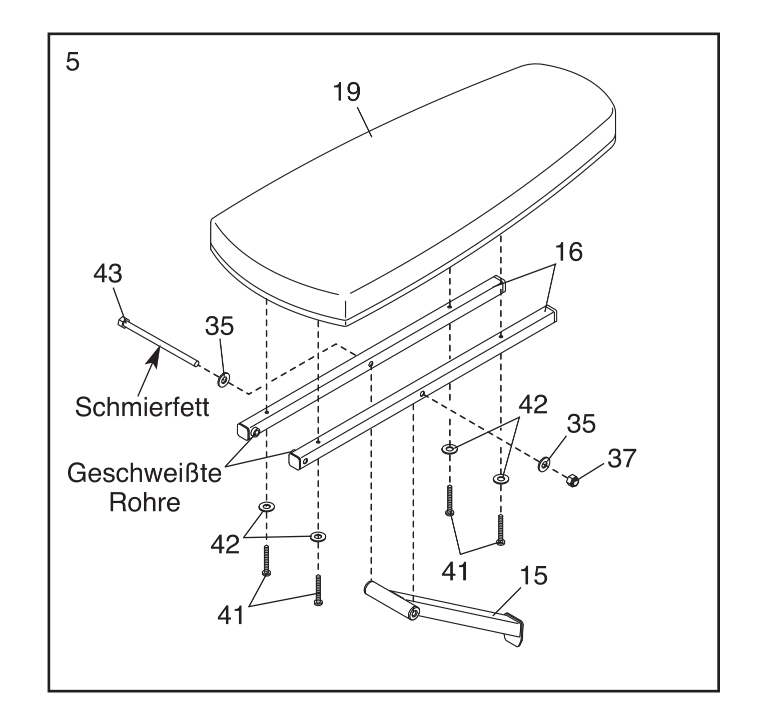


5. Legen Sie den Rückenlehnenrahmen (16) so aus, sodass sich die geschweißten Rohre in der angezeigten Position befinden.

   Schmieren Sie ein wenig von dem mitgelieferten Schmierfett auf einen M10 x 180mm Bolzen (43). Befestigen Sie die Rückenlehnenstütze (15) mit dem Bolzen, zwei M10 Unterlegscheiben (35) und einer M10 Kontermutter (37) am Rückenlehnenrahmen (16). **Ziehen Sie die Kontermutter noch nicht fest.**

   Legen Sie die Rückenlehne (19) wie angezeigt aus.

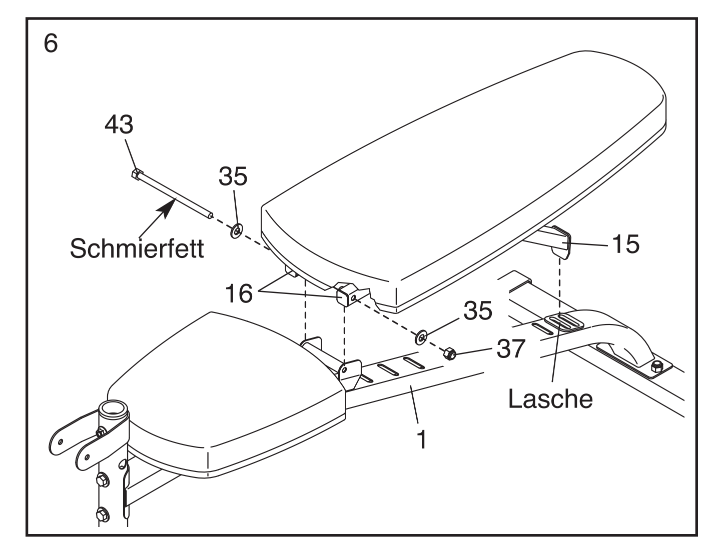
   Befestigen Sie die Rückenlehne (19) mit vier M6 x 48mm Schrauben (41) und vier M6 Unterlegscheiben (42) am Rückenlehnenrahmen (16). **Ziehen Sie die Schrauben noch nicht fest.**




6. Schmieren Sie ein wenig Schmierfett auf einen M10 x 180mm Bolzen (43). Befestigen Sie den Rückenlehnenrahmen (16) mit dem Bolzen, zwei M10 Unterlegscheiben (35) und einer M10 Kontermutter (37) am Rahmen (1). **Ziehen Sie die Kontermuttern nicht zu fest an. Man muss den Rückenlehnenrahmen leicht bewegen können.**

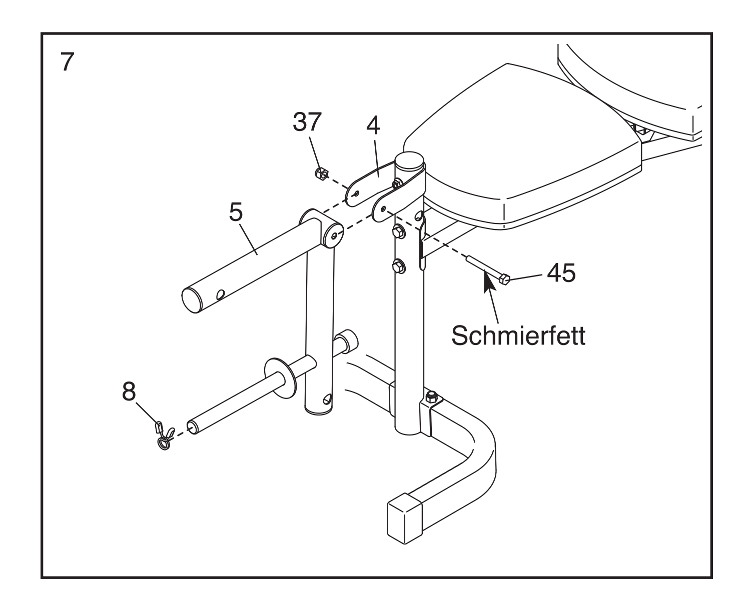
   Fügen Sie das Ende der Rückenlehnenstütze (15) in einer der Schlitze in den Rahmen (1) ein.

   **Ziehen Sie nun die M10 Kontermutter (37) und die vier M6 x 48mm Schrauben (41) aus Schritt 5 an. Ziehen Sie die Kontermuttern nicht zu fest an. Man muss die Rückenlehnenstütze (15) leicht bewegen können.**




7. Schmieren Sie ein wenig Schmierfett auf einen M10 x 82mm Bolzen (45). Befestigen Sie den Beinhebel (5) an das Vorderbein (4) mit dem Bolzen und einer M10 Kontermutter (37). **Ziehen Sie die Kontermutter nicht zu fest an; der Beinhebel sollte sich leicht drehen können.**

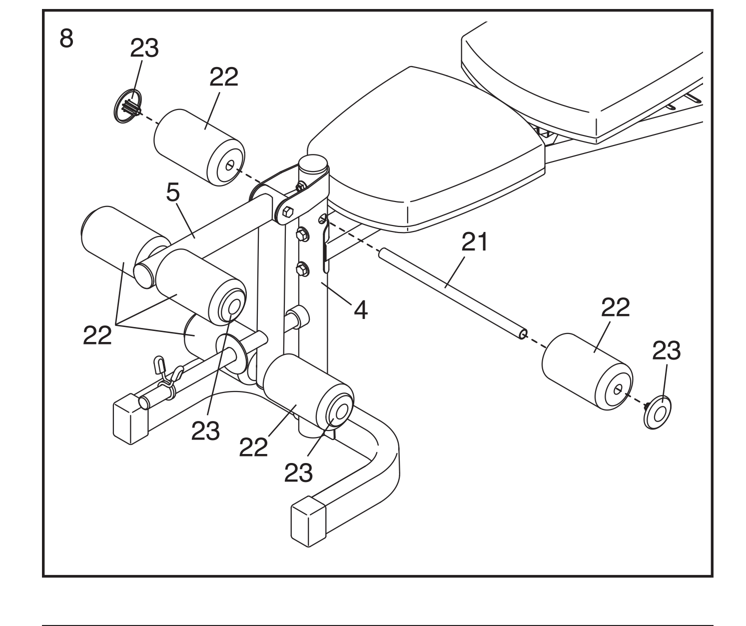
   Befestigen Sie den Federverschluss (8) an das Gewichtsrohr auf dem Beinhebel (5).



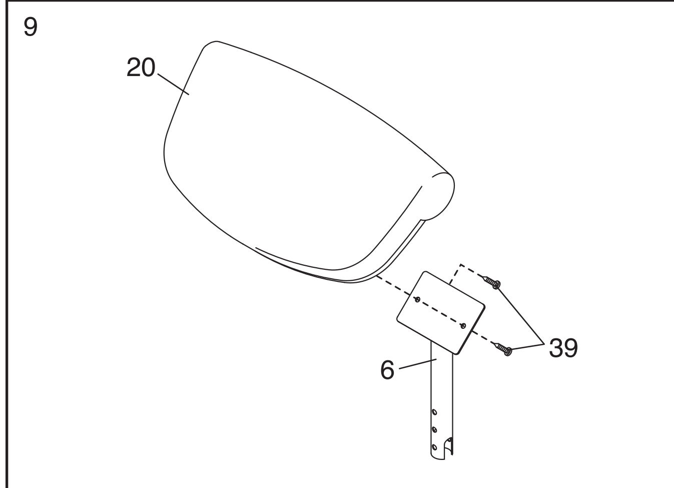
8. Fügen Sie ein Polsterrohr (21) durch das Vorderbein (4) ein.

   Schieben Sie zwei Schaumstoffpolster (22) auf das Polsterrohr (21) auf. Dann, drücken Sie zwei Polsterkappen (23) in die Enden des Polsterrohrs ein.

   **Befestigen Sie die übrigen Polsterrohre (nicht abgebildet), Schaumstoffpolster (22), und Polsterkappen (23) am Beinhebel (5) auf die gleiche Weise.**

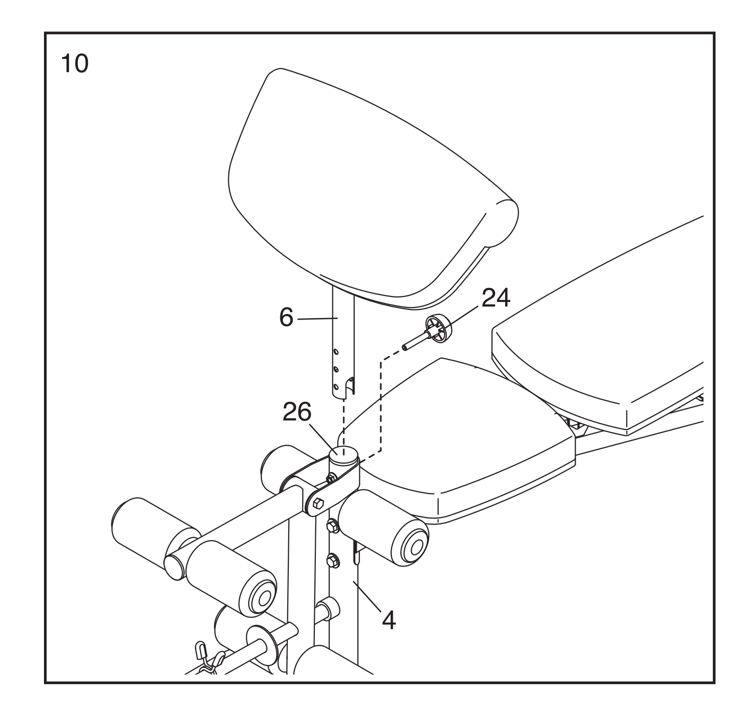



9. Befestigen Sie den Curl-Polster (20) mit zwei M6 x 25mm Schrauben (39) an die Curl-Pfosten (6).



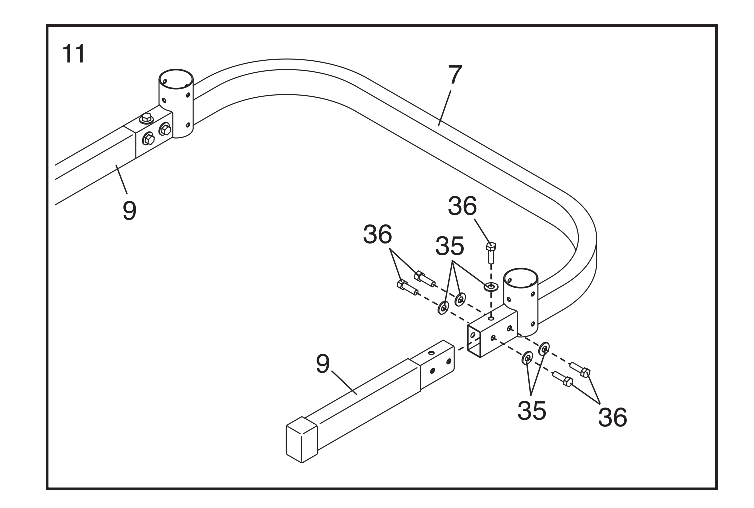

10. Entfernen Sie die 50mm runde Innenkappe (26) vom Vorderbein (4).

    Fügen Sie die Curl-Pfosten (6) in das Vorderbein (4) ein. Drehen Sie den Curl-Säulenknopf (24) in das Vorderbein und in einer der Verstelllöcher in der Curl-Säule ein. **Sorgen Sie dafür, dass der Curl-Säulenknopf durch einer der Verstelllöcher eingefügt ist.**



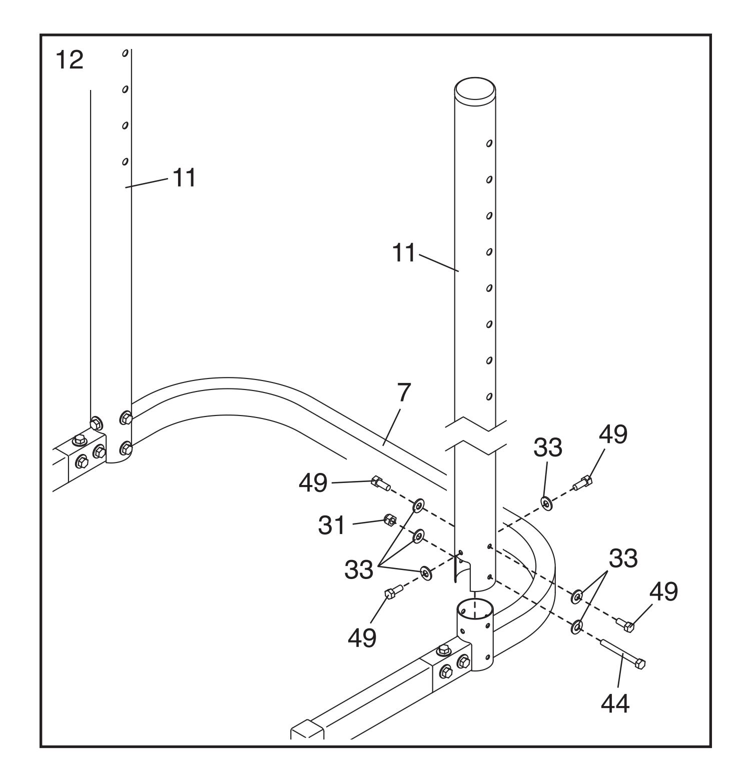
11. Fügen Sie einen Basisstabilisator (9) in die Basis (7) ein. Befestigen Sie den Basisstabilisator mit fünf M10 x 18mm Schrauben (36) und fünf M10 Unterlegscheiben (35).

    **Befestigen Sie den anderen Basisstabilisator (9) an die Basis (7) auf die gleiche Weise.**




12. Schieben Sie einer der Pfosten (11) auf die Basis (7) auf. Befestigen Sie den Pfosten mit einem M8 x 83mm Bolzen (44), einer M8 Kontermutter (31), vier M8 x 16mm Schrauben (49), und sechs M8 gebogene Unterlegscheiben (33).

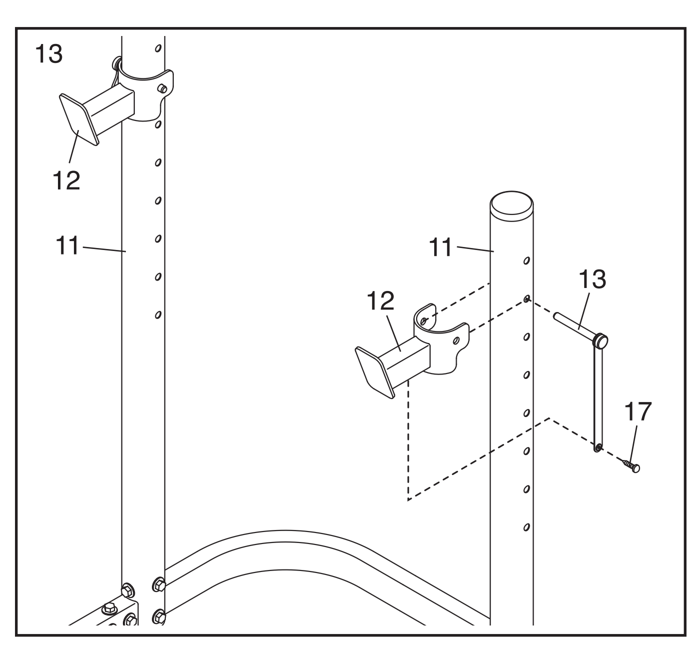
    **Befestigen Sie den anderen Pfosten (11) an die Basis (7) auf die gleiche Weise.**




13. Befestigen Sie das Halteband an einen Gewichtsablagestift (13) an die Unterseite einer Gewichtsablage (12) mit einer ST4,2 x 10mm Schraube (17).

    Halten Sie die Gewichtsablage (12) **gegen die angedeutete** Seite eines Pfostens (11), und gleichen Sie die Gewichtsablage mit einer der Verstelllöcher im Pfosten ab. Fügen Sie den Gewichtsablagenstift (13) durch die Gewichtsablage und den Pfosten ein.

    **Befestigen Sie die andere Gewichtsablage (12) an den anderen Pfosten (11) auf die gleiche Weise. Befestigen Sie beide Gewichtsablagen auf die gleiche Höhe.**




14. **Sorgen Sie dafür, dass alle Teile richtig festgezogen sind, bevor Sie die Kraftbank benutzen.**

# EINSTELLUNG

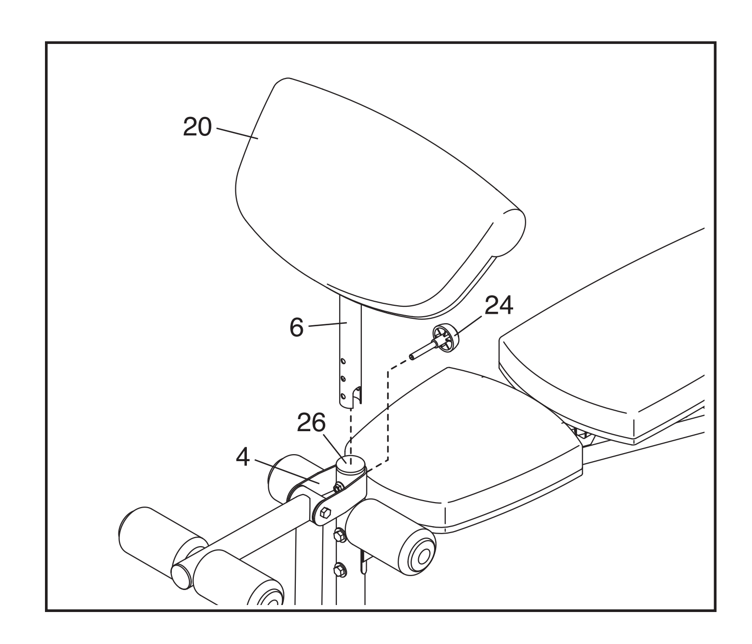
In diesem Abschnitt wird erklärt, wie man die Kraftbank verstellt. Auf Seite 13 der TRAININGSRICHTLINIEN finden Sie wichtige Informationen, um die besten Resultate aus einem Trainingsprogramm herauszuholen. Auf dem beiliegenden Trainingsposter werden die richtigen Ausführungen verschiedener Übungen demonstriert.

Vergewissern Sie sich jedesmal, wenn Sie die Kraftbank verwenden, dass alle Teile richtig angezogen sind. Ersetzen Sie alle abgenutzten Teile sofort. Die Kraftbank kann mit einem feuchten Tuch und einem milden Reinigungsmittel gereinigt werden. **Benutzen Sie keine Lösungsmittel.**

### DEN CURL-POLSTER BENUTZEN

Um den Curl-Polster (20) zu benutzen, entfernen Sie zuerst die 50mm runde Innenkappe (26) vom Vorderbein (4). Als nächstes, fügen Sie die Curl-Pfosten (6) in das Vorderbein ein, und drehen Sie den Curl-Säulenknopf (24) in das Vorderbein und in einer der Verstelllöcher in der Curl-Säule fest. **Sorgen Sie dafür, dass der Curl-Säulenknopf in eines der Verstelllöcher eingefügt ist.**

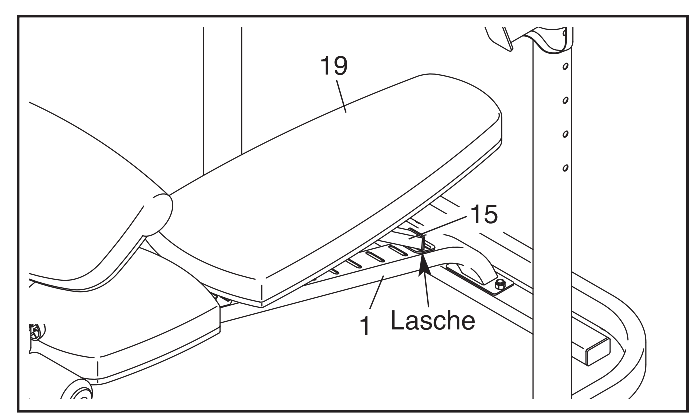
Wenn Sie Übungen durchführen, bei dem Sie den Curl-Polster (20) nicht brauchen, entfernen Sie den Curl-Säulenknopf (24) und die Curl-Pfosten (6), und fügen Sie die 50mm runde Innenkappe (26) in das Vorderbein (4) ein.




### DIE RÜCKENLEHNE EINSTELLEN

Um den Winkel der Rückenlehne (19) einzustellen, heben Sie die Rückenlehne und fügen Sie die Rückenlehnenstütze (15) in einen anderen Schlitz im Rahmen (1) ein.

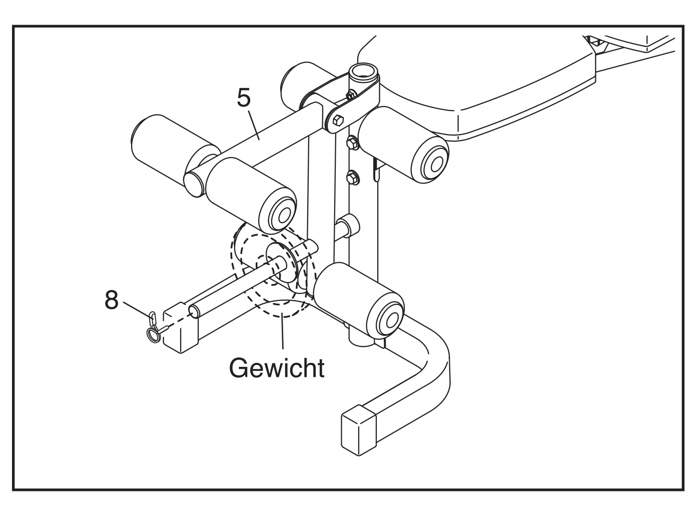
**⚠ WARNUNG: Sorgen Sie dafür, dass die Rückenlehnenstütze (15) vollständig in einen Schlitz am Rahmen (1) eingefügt ist.**




### DEN BEINHEBEL BENUTZEN

Um den Beinhebel (5) zu benutzen, schieben Sie eine Gewichtsplatte (nicht mitgeliefert) auf das Gewichtsrohr auf dem Beinhebel auf. Dann, sichern Sie die Gewichtsplatte mit dem Federverschluss (8) ab.

**⚠ WARNUNG: Legen Sie nicht mehr als 59 kg auf den Beinhebel (5) auf.**



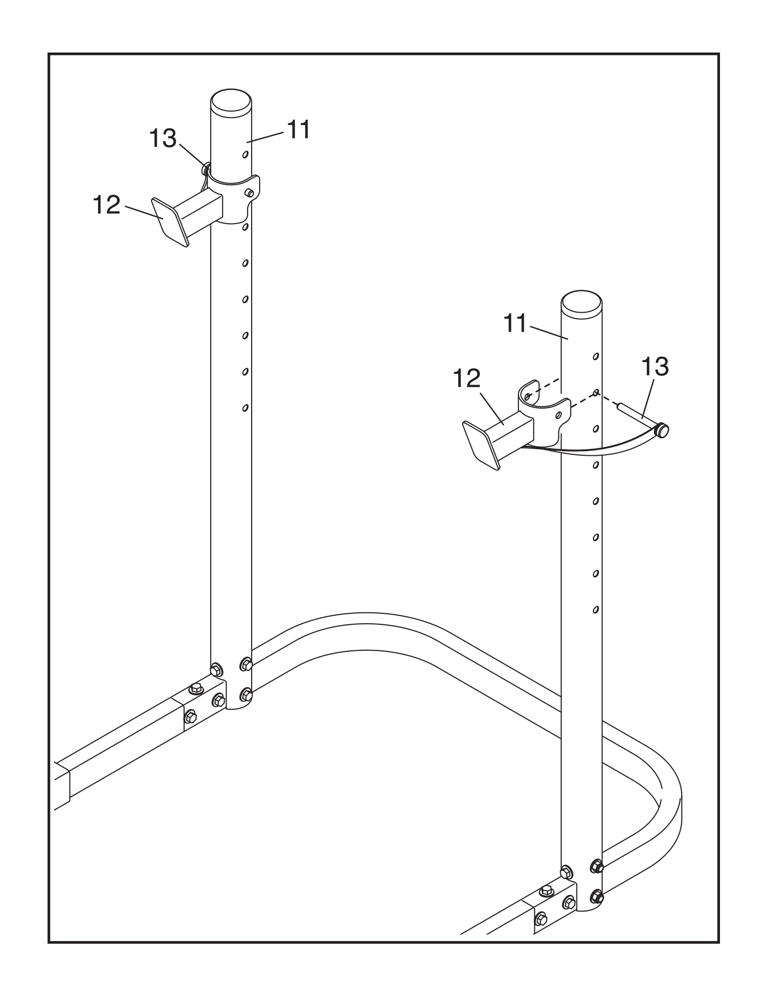
**DIE GEWICHTSABLAGEN EINSTELLEN**

Um die Höhe der Gewichtsablagen (12) einzustellen, entfernen Sie zuerst die Gewichtsablagenstifte (13).

Halten Sie eine Gewichtsablage (12) **gegen eine angedeutete** Seite eines Pfostens (11), und gleichen Sie die Gewichtsablage mit dem gewünschten Verstellloch im Pfosten ab. Fügen Sie den Gewichtsablagestift (13) durch die Gewichtsablage und den Pfosten ein.

**Stellen Sie die andere Gewichtsablage (12) auf die gleiche Weise ein.**

**⚠ WARNUNG: Befestigen Sie die Gewichtsablagen (12) immer an der angedeuteten Seite der Pfosten (11). Sorgen Sie dafür, dass beide Gewichtsablagen auf der gleichen Höhe sind, und dass die Gewichtsablagenstifte (13) vollständig eingefügt sind. Legen Sie nicht mehr als 95 kg, inklusive Hantel, auf die Gewichtsablagen.**



# TRAININGSRICHTLINIEN

## VIER ARTEN DES KRAFT TRAININGS

Anmerkung: (Eine "Wiederholung" ist ein abgeschlossener Zyklus einer Übung, wie z.B. eine Liegestütze. Ein "Set" ist eine Serie von Wiederholungen, die hintereinander ausgeführt werden.)

**Muskel Aufbau**—Trainieren Sie Ihre Muskeln knapp vor der Grenze der maximalen Kapazität, und erhöhen Sie die Intensität Ihres Trainings. Passen Sie den Intensitätsgrad eines individuellen Trainings wie folgt an:
- Verändern Sie die Menge des gebrauchten Widerstandes.
- Verändern Sie die Anzahl an Wiederholungen oder durchgeführte Sets.

Beurteilen Sie selber, wieviel Widerstand für Sie richtig ist. Beginnen Sie mit 3 Sets bestehend aus 8 Wiederholungen. Ruhen Sie nach jedem Set 3 Minuten lang. Wenn Sie ohne Schwierigkeiten 3 Sets bestehend aus 12 Wiederholungen ausführen können, dann sollten Sie das Gewicht erhöhen.

**Toning**—Straffen Sie Ihre Muskeln, indem Sie sie in einem angemessenen Prozentanteil ihrer Kapazität bearbeiten. Wählen Sie ein mittleres Gewicht und erhöhen Sie die Anzahl der Wiederholungen bei jedem Set. Vollenden Sie ohne Schmerzen so viele Sets aus 15 bis 20 Wiederholungen bestehend wie möglich. Rasten Sie 1 Minute nach jedem Set. Trainieren Sie Ihre Muskeln, indem Sie möglichst mehr Sets ausführen als mehr Gewichte aufzulegen.

**Gewichtsverlust**—Um abzunehmen, benützen Sie ein wenig Widerstand, und erhöhen Sie die Anzahl an Wiederholungen in jedem Set. Trainieren Sie 20 bis 30 Minuten mit höchstens 30 Sekunden Pause zwischen den Sets.

**Cross Training**—Kombinieren Sie Krafttraining und Aerobic Training durch folgendes Programm:
- Krafttraining am Montag, Mittwoch, und Freitag.
- 20 bis 30 Minuten Aerobic Training am Dienstag und Donnerstag.
- Einen ganzen Ruhetag um Ihren Körper Zeit zum Erholen zu geben.

## FITNESSTRAINING RICHTLINIEN

Machen Sie sich mit dem Gerät vertraut, und lernen Sie die richtige Form jedes Trainings kennen. Beurteilen Sie selber, wie lange Ihre Trainingszeit verlaufen soll, und die Anzahl an Wiederholungen und Sets die Sie vervollständigen möchten. Machen Sie in Ihrem eigenen Tempo Fortschritt, und seien Sie auf Ihre Körpersignale einfühlsam. Nehmen Sie sich nach jedem Training mindestens einen Tag frei.

**Aufwärmen**—Beginnen Sie mit 5 bis 10 Minuten Dehnungsübungen und leichtem Training. Das Aufwärmen erhöht Ihre Körpertemperatur, Herzfrequenz, und Ihre Zirkulation als Vorbereitung Ihres Trainings.

**Fitnesstraining**—Inkludieren Sie 6 bis 10 verschiedene Übungen in jedem Training. Wählen Sie Übungen für jede Hauptmuskelgruppe, und legen Sie besonders Wert auf die Muskeln die Sie entwickeln wollen. Um in Ihrem Training Gleichgewicht und Abwechslung zu erreichen, sollten Sie die Übungen von Mal zu Mal abwechseln.

**Abkühlen**—Beenden Sie Ihr Training mit 5 bis 10 Minuten Dehnübungen. Dehnen erhöht die Flexibilität Ihrer Muskeln, und hilft Probleme nach dem Training zu vermeiden.

## ÜBUNGSHALTUNG

Beteiligen Sie sich an allen Übungen für jedes Training, und bewegen Sie nur die notwendigen Körperteile. Führen Sie die Wiederholungen in jedem Set glatt aus, und ohne Pause zu machen. Die Strapazier-Phase jeder Wiederholung sollte ungefähr halb so lange dauern wie die Erhol-Phase. Atmen Sie während der Strapazier-Phase jeder Wiederholung aus, und atmen Sie während der Erhol-Phase ein. Halten Sie niemals den Atem an.

Nehmen Sie nach jedem Set eine kurze Pause.
- Muskel Aufbau—Rasten Sie für drei Minuten nach jedem Set.
- Toning—Rasten Sie für eine Minute nach jedem Set.
- Gewichtsverlust—Rasten Sie für 30 Sekunden nach jedem Set.

## MOTIVIERT BLEIBEN

Aufschreiben aller Workouts hilft der Motivation. Notieren Sie das Datum, die ausgeführten Übungen, der verwendete Widerstand und die Anzahl ausgeführter Sets und Wiederholungen. Schreiben Sie Ihr Gewicht und Ihre Haupt-Körpermassen einmal im Monat auf. Um gute Ergebnisse zu erzielen, machen Sie Fitnesstraining einen regelmässigen und angenehmen Teil Ihres Lebens.

# TEILELISTE

Modell-Nr. WEEVBE24711.0 R0411A

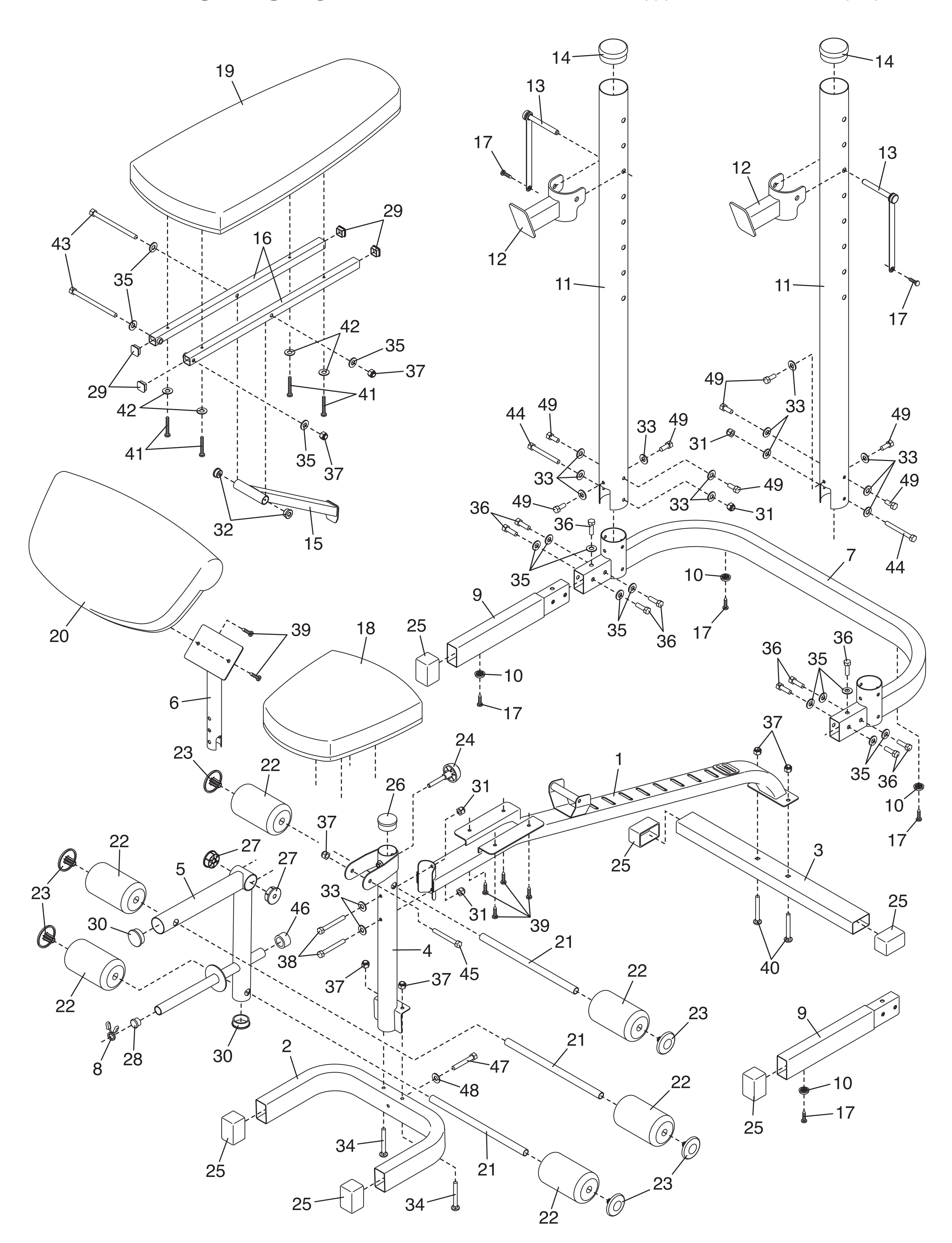
| Nr. | Anzahl | Beschreibung |
|---|---|---|
| 1 | 1 | Rahmen |
| 2 | 1 | Vorderer Stabilisator |
| 3 | 1 | Hinterer Stabilisator |
| 4 | 1 | Vorderbein |
| 5 | 1 | Beinhebel |
| 6 | 1 | Curl-Pfosten |
| 7 | 1 | Basis |
| 8 | 1 | Federverschluss |
| 9 | 2 | Basisstabilisator |
| 10 | 4 | Fuß |
| 11 | 2 | Pfosten |
| 12 | 2 | Gewichtsablage |
| 13 | 2 | Gewichtsablagestift |
| 14 | 2 | 70mm Runde Innenkappe |
| 15 | 1 | Rückenlehnenstütze |
| 16 | 2 | Rückenlehnenrahmen |
| 17 | 6 | ST4,2 x 10mm Schraube |
| 18 | 1 | Sitz |
| 19 | 1 | Rückenlehne |
| 20 | 1 | Curl-Polster |
| 21 | 3 | Polsterrohr |
| 22 | 6 | Schaumstoffpolster |
| 23 | 6 | Polsterkappe |
| 24 | 1 | Curl-Säulenknopf |
| 25 | 6 | 35mm x 60mm Äußere Kappe |
| 26 | 1 | 50mm Runde Innenkappe |
| 27 | 2 | Beinhebel Buchse |

| Nr. | Anzahl | Beschreibung |
|---|---|---|
| 28 | 1 | 25mm Runde Innenkappe |
| 29 | 4 | 25mm Quadratische Innenkappe |
| 30 | 2 | 48mm Runde Innenkappe |
| 31 | 4 | M8 Kontermutter |
| 32 | 2 | Rückenlehnenklammer-Buchse |
| 33 | 14 | M8 Gebogene Unterlegscheibe |
| 34 | 2 | M10 x 67mm Bolzen mit Vierkantansatz |
| 35 | 14 | M10 Unterlegscheibe |
| 36 | 10 | M10 x 18mm Schraube |
| 37 | 7 | M10 Kontermutter |
| 38 | 2 | M8 x 63mm Bolzen |
| 39 | 6 | M6 x 25mm Schraube |
| 40 | 2 | M10 x 43mm Bolzen mit Vierkantansatz |
| 41 | 4 | M6 x 48mm Schraube |
| 42 | 4 | M6 Unterlegscheibe |
| 43 | 2 | M10 x 180mm Bolzen |
| 44 | 2 | M8 x 83mm Bolzen |
| 45 | 1 | M10 x 82mm Bolzen |
| 46 | 1 | 25mm Runde Außenkappe |
| 47 | 1 | M8 x 48mm Schraube |
| 48 | 1 | M8 Unterlegscheibe |
| 49 | 8 | M8 x 16mm Schraube |
| * | – | Bedienungsanleitung |
| * | – | Trainingsposter |
| * | – | Schmiermittel |

Anmerkung: Änderungen technischer Angaben vorbehalten. Auf der Rückseite dieser Bedienungsanleitung finden Sie Informationen zur Bestellung von Ersatzteilen. *Weist auf ein nicht abgebildetes Teil hin.

# DETAILZEICHNUNG

Modell-Nr. WEEVBE24711.0 R0411A



# BESTELLUNG VON ERSATZTEILEN

Zur Bestellung von Ersatzteilen siehe die Vorderseite dieser Bedienungsanleitung. Damit wir Ihnen besser helfen können, halten Sie bitte die folgenden Informationen bereit, wenn Sie mit uns in Kontakt treten:

- die Modellnummer und die Seriennummer des Produktes (siehe Vorderseite dieser Bedienungsanleitung)
- den Namen des Produktes (siehe Vorderseite dieser Bedienungsanleitung)
- die Bestellnummer und die Beschreibung des/der Teile(s) (siehe TEILELISTE und DETAILZEICHNUNG am Ende dieser Bedienungsanleitung)

Bestell-Nr. 310981 R0411A